

ABSTRAK

Diabetes mellitus menjadi masalah kesehatan semakin meningkat dengan cepat di seluruh dunia. Peradaban manusia yang terus berkembang seiring dengan perubahan zaman berdampak secara langsung terhadap pola atau gaya hidup manusia. Manusia cenderung memilih untuk bergaya hidup yang serba praktis, cepat dan instan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan obesitas dengan peningkatan kadar gula darah pada penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Wilayah Puskesmas Pucang Sewu Surabaya.

Desain penelitian ini menggunakan jenis analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi sebanyak 95 orang. Besar sampel sebesar 77 responden diambil secara *simple random sampling*. Variabel independen (obesitas) sedangkan variabel dependen (peningkatan kadar gula darah). Instrumen menggunakan lembar observasi dan glucometer. Data dianalisis menggunakan uji *Rank-Spearman* dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian sebagian besar (66,2%) mengalami obesitas I dan hampir setengahnya (46,8%) memiliki kadar gula tidak normal. Hasil uji *Rank-Spearman* menunjukkan ada hubungan antara obesitas dengan peningkatan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di wilayah Puskesmas Pucang Sewu Surabaya dengan nilai $\rho = 0,001$.

Obesitas berhubungan dengan peningkatan kadar gula darah. Semakin meningkatnya berat badan menyebabkan meningkatnya kadar gula darah. Diharapkan masyarakat dapat mengontrol berat badan dengan cara menjaga pola makan, mengontrol tingkat stres dan meningkatkan aktifitas dengan cara berolahraga secara rutin untuk mencegah terjadinya penyakit diabetes mellitus. Saran untuk perawat puskesmas meningkatkan promosi kesehatan serta pelayanan secara optimal terhadap mengendalikan DM. Diharapkan bagi penderita DM tipe 2 untuk rutin memeriksakan kadar gula darah, memperbaiki gaya hidup sehat untuk mencegah terjadinya kejadian DM tipe 2.

Kata Kunci : Obesitas, Peningkatan Kadar Gula Darah